

親愛的家長：

本學期學校精心規劃了四場親職講座，只要用手機掃描 QR-Code 就可以報名，免繳回條。誠摯邀請您和我們一起成長！ 西門國小輔導處敬上 115.2.25



西門國小 114 下學期親職講座



一、講座內容：

場次	時間地點	研習主題 / 主講人 / 簡介	報名 QR-Code
一	3月4日 (週三) 13:30~16:00 線上會議	你今天正向了嗎？正向教養親師生共好 (宋奇晉專輔老師) 正向教養強調以尊重和鼓勵為基礎，透過建立連結讓孩子感受到歸屬感與價值感，致力於培養珍貴的社會與生活技能，同時鼓勵孩子自我發現，發掘自身能力並以正向方式運用，為孩子的成長與未來奠定堅實基礎。一起來深入了解！	
二	3月7日 (週六) 10:00~12:00 視聽教室	從「管教」到「連結」：用 SEL 打造高情商家庭 (彭文松老師) 為了打造幸福和諧的家，親子之間若能善用 SEL (Social and Emotional Learning, 社會情緒學習) 的核心精神，重新理解彼此的情緒運作與需求，循序建立父母與孩子的正向溝通模式，能減少誤會與衝突，提升親子溝通的成功率。千萬不要錯過了！	
三	5月16日 (週六) 9:00~12:00 線上會議	孩子情緒急救 SOP：大人必備的情緒輔導策略 (彭文松老師) 面對孩子的爆發情緒和衝動行為時，我們要如何避免孩子「引燃得太劇烈」？如何讓他們可以「有效的降溫」呢？辨識孩子情緒爆發的不同階段，提供對應的技巧與策略，盡可能地減少孩子負面、過激的反應，逐漸轉向平穩，讓孩子發展出自我調節的能力。	
四	6月10日 (週三) 13:30~16:00 線上會議	科技時代的自律課-如何培養孩子數位時代的心理韌性 (陳雪如諮商心理師) 隨著科技進步，智慧型手機和社群媒體已經成為孩子日常生活中不可或缺的一部分，但它們帶來的便利也伴隨著嚴重的隱患。需要適時提供指引，幫助孩子們理清優先順序，找回內心核心價值。	

二、若改為線上研習，會另外以 e-mail 通知報名家長，敬請留意。

親愛的家長：

本學期學校精心規劃了四場親職講座，只要用手機掃描 QR-Code 就可以報名，免繳回條。誠摯邀請您和我們一起成長！ 西門國小輔導處敬上 115.2.25



西門國小 114 下學期親職講座



一、講座內容：

場次	時間地點	研習主題 / 主講人 / 簡介	報名 QR-Code
一	3月4日 (週三) 13:30~16:00 線上會議	你今天正向了嗎？正向教養親師生共好 (宋奇晉專輔老師) 正向教養強調以尊重和鼓勵為基礎，透過建立連結讓孩子感受到歸屬感與價值感，致力於培養珍貴的社會與生活技能，同時鼓勵孩子自我發現，發掘自身能力並以正向方式運用，為孩子的成長與未來奠定堅實基礎。一起來深入了解！	
二	3月7日 (週六) 10:00~12:00 視聽教室	從「管教」到「連結」：用 SEL 打造高情商家庭 (彭文松老師) 為了打造幸福和諧的家，親子之間若能善用 SEL (Social and Emotional Learning, 社會情緒學習) 的核心精神，重新理解彼此的情緒運作與需求，循序建立父母與孩子的正向溝通模式，能減少誤會與衝突，提升親子溝通的成功率。千萬不要錯過了！	
三	5月16日 (週六) 9:00~12:00 線上會議	孩子情緒急救 SOP：大人必備的情緒輔導策略 (彭文松老師) 面對孩子的爆發情緒和衝動行為時，我們要如何避免孩子「引燃得太劇烈」？如何讓他們可以「有效的降溫」呢？辨識孩子情緒爆發的不同階段，提供對應的技巧與策略，盡可能地減少孩子負面、過激的反應，逐漸轉向平穩，讓孩子發展出自我調節的能力。	
四	6月10日 (週三) 13:30~16:00 線上會議	科技時代的自律課-如何培養孩子數位時代的心理韌性 (陳雪如諮商心理師) 隨著科技進步，智慧型手機和社群媒體已經成為孩子日常生活中不可或缺的一部分，但它們帶來的便利也伴隨著嚴重的隱患。需要適時提供指引，幫助孩子們理清優先順序，找回內心核心價值。	

二、若改為線上研習，會另外以 e-mail 通知報名家長，敬請留意。